2026年7月レッスンスケジュール Rintosull イオンモール桑名店(全スタジオ:女性専用)

※2026年06月17日02:09 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

	1日(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ
	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 金	10:30–11:20 ◎ピラB+ 河知	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 毛利	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 河知		10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 河知	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 田中	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 田中	10:30–11:20 ◎ピラB+ 金	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 毛利	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 毛利		10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 河知	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 田中	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 毛利	10:30–11:20 ◎ピラB+ 金	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 鹿島	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 毛利		10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 毛利	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 神崎	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 金		10:30–11:20 ◎ピラB+ 河知
	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 金	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 田中	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 神崎	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 金		12:00–12:50 ◎ピラLower+ 金	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 神崎	12:00–12:50 ◎ピラB+ 河知	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 毛利	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 神崎	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 金		12:00–12:50 ◎ピラLower+ 河知	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 金	12:00–12:50 ◎ピラB+ 毛利	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 神崎	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 神崎	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 河知		12:00–12:50 ◎ピラLower+ 金	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 毛利	12:00–12:50 ◎ピラB+ 毛利		12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 金
	13:30–14:20 ◎ピラB+ 毛利	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 田中	13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 毛利	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 河知	定休日		13:30–14:20 ◎ピラLower+ 田中	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 田中	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 毛利	13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 毛利	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 神崎	定休日	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 河知	13:30–14:20 ◎ピラLower+ 田中	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 河知	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 神崎	13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 鹿島	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 毛利	定休日	13:30–14:20 ◎ピラB+ 毛利	13:30–14:20 ◎ピラLower+ 神崎	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 金	臨時休業	
		15:00–15:50 ◎ピラLower+ 河知	15:10–16:00 ◎ピラUpper+ 神崎	15:00–15:50 ◎ピラB+ 毛利			15:10–16:00 ◎ピラWaist+ 金		15:00–15:50 ◎ピラLower+ 金	15:10–16:00 ◎ピラUpper+ 神崎	15:00–15:50 ◎ピラB+ 河知		15:10–16:00 ◎ピラLower+ 神崎	15:10–16:00 ◎ピラWaist+ 河知	15:10–16:00 ◎ピラLower+ 金	15:00–15:50 ◎ピラLower+ 金	15:10–16:00 ◎ピラUpper+ 神崎	15:00–15:50 ◎ピラWaist+ 河知		15:10–16:00 ◎ピラUpper+ 神崎	15:10–16:00 ◎ピラWaist+ 鹿島	15:10–16:00 ◎ピラLower+ 鹿島		
	16:40–17:30 ◎ピラLower+ 金	16:40–17:30 ◎ピラWaist+ 毛利	16:40–17:30 ◎ピラLower+ 神崎	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 毛利			16:40–17:30 ◎ピラLower+ 神崎	16:40–17:30 ◎ピラWaist+ 金	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 田中		16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 金		16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 神崎	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 神崎	16:40–17:30 ◎ピラB+ 毛利	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 神崎	16:40–17:30 ◎ピラLower+ 神崎	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 鹿島		16:40–17:30 ◎ピラB+ 河知	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 毛利	16:40–17:30 ◎ピラB+ 鹿島		
	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 毛利	18:10–19:00 ◎ピラLower+ 河知	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 金	18:10–19:00 ◎ピラB+ 金		18:10–19:00 ◎ピラLower+ 神崎	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 神崎	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 金	18:10–19:00 ◎ピラLower+ 金	18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 毛利	18:10–19:00 ◎ピラB+ 金		18:10–19:00 ◎ピラLower+ 田中	18:10–19:00 ◎ピラB+ 河知	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 金	18:10–19:00 ◎ピラLower+ 金	18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 金	18:10–19:00 ◎ピラB+ 毛利		18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 河知	18:10–19:00 ◎ピラB+ 鹿島	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 毛利		18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 毛利
	19:40–20:30 ◎ピラB+ 毛利	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 毛利	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 金	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 河知		19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 毛利	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 金	19:40–20:30 ◎ピラB+ 河知	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 田中	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 神崎	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 河知		19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 河知	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 神崎	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 金	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 毛利	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 金	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 河知		19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 神崎	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 神崎	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 毛利		19:40–20:30 ◎ピラLower+ 神崎

25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
Aスタジオ	－	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 鹿島	定休日	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 毛利	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 鹿島	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 毛利	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 河知	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 神崎
12:00–12:50 ◎ピラLower+ 河知		12:00–12:50 ◎ピラLower+ 金	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 金	12:00–12:50 ◎ピラB+ 河知	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 金	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 河知
13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 鹿島		13:30–14:20 ◎ピラB+ 毛利	13:30–14:20 ◎ピラLower+ 鹿島	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 河知	13:30–14:20 ◎ピラB+ 毛利	13:30–14:20 ◎ピラLower+ 神崎
15:00–15:50 ◎ピラB+ 毛利		15:10–16:00 ◎ピラUpper+ 鹿島	15:10–16:00 ◎ピラWaist+ 鹿島	15:10–16:00 ◎ピラLower+ 毛利	15:10–16:00 ◎ピラUpper+ 金	15:10–16:00 ◎ピラWaist+ 河知
16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 金		16:40–17:30 ◎ピラB+ 鹿島	16:40–17:30 ◎ピラLower+ 神崎	16:40–17:30 ◎ピラB+ 鹿島	16:40–17:30 ◎ピラLower+ 鹿島	16:40–17:30 ◎ピラLower+ 神崎
18:10–19:00 ◎ピラB+ 毛利		18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 毛利	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 神崎	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 鹿島	18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 金	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 金
19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 金		19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 鹿島	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 河知	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 河知	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 鹿島	19:40–20:30 ◎ピラB+ 金

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ピラLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ピラUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ピラB+	Basic+	50分
3.5	◎ピラWaist+	Waist Shape＋	50分

◎ … 常温レッスン
● … 体験レッスン予約可能
10分 … 10分講座

SP … 特別レッスン
WS … プレミアムワークショップ
（追加料金あり）

レッスン前10分講座
10分
18:30–19:30 レッスン名 インストラクター名

レッスン後10分講座
21:00–22:00 レッスン名 インストラクター名
10分

【注意事項】

- スケジュール、担当インストラクターは予告なく変更する場合がございますので、予めご了承ください。
- レッスンの開始時間を過ぎてしまった場合はご受講いただけません。お時間に余裕をもってお越しください。

Rintosull

【PC/スマートフォン】 www.rintosull.jp

会員様専用 予約ページ

LINE 公式アカウント

Instagram

オンラインストア Lapre

オンラインヨガ UCHIYOGA+